

令和6年度 出版健康保険組合
スポーツ大会のご案内



令和6年度ミニマラソン大会

と き：令和7年1月26日（日）

ところ：「昭和記念公園」マラソンコース

令和6年度ミニマラソン大会式次第

令和7年1月26日（日）

●開会式は行いません

●閉会式

1. 成績発表

2. 表彰

3. 閉会の挨拶

大 会 規 定

1. 競技方法

- (1) コースは、大会コース案内図（P5）による。
- (2) 計測方法は、スタートラインを通過した時からフィニッシュまでのタイム。

2. 注意事項

- (1) やむを得ない理由で棄権する場合は、令和7年1月24日(金)15時までに、保健施設事業課へ連絡すること。
- (2) 選手は事前に送付しているゼッケンを胸のあたりへ着用及びICチップをシューズに装着し、必ずコースを走行すること。
※ICチップを使用してタイム計測を行いますので、スタート前には必ず装着を完了してください。
- (3) スタート前のウォーミングアップは各自で十分に行うこと。
- (4) 接触事故等に十分注意すること。

3. 規定違反

- (1) 理由の如何にかかわらず、集合時間に受付できない者は棄権とする。
- (2) ゼッケン及びICチップを忘れた者は棄権とする。
- (3) 大会要綱・規定に違反した場合、その他一切のトラブルに関しては、大会本部が決定する。

大会スケジュール

- ・開園時間（昭和記念公園） 9：30
- ・受付時間 10：00～10：30（時間厳守）

※当日、医師の問診を指定されている選手は、問診の後、受付してください。

※大会受付まで西立川口より約12分、立川口より約32分かかりますので
時間に余裕を持ってお越し下さい。

- ・スタート時間 11：10頃～（随時）

※親子マラソン終了後、随時スタート。

クラス別スタート(予定)時間	
女子 (1 0 k m)	11:10
男子 (")	11:15
女子 (5 k m)	11:20
男子 6 0 歳 以 上 (")	11:25
男子 4 0 歳 ~ 5 0 歳 代 (")	11:30
男子 3 9 歳 以 下 (")	11:35

※各クラスのスタート時間は当日の運営状況によって変わる場合があります。

- ・閉会式

1、成績発表

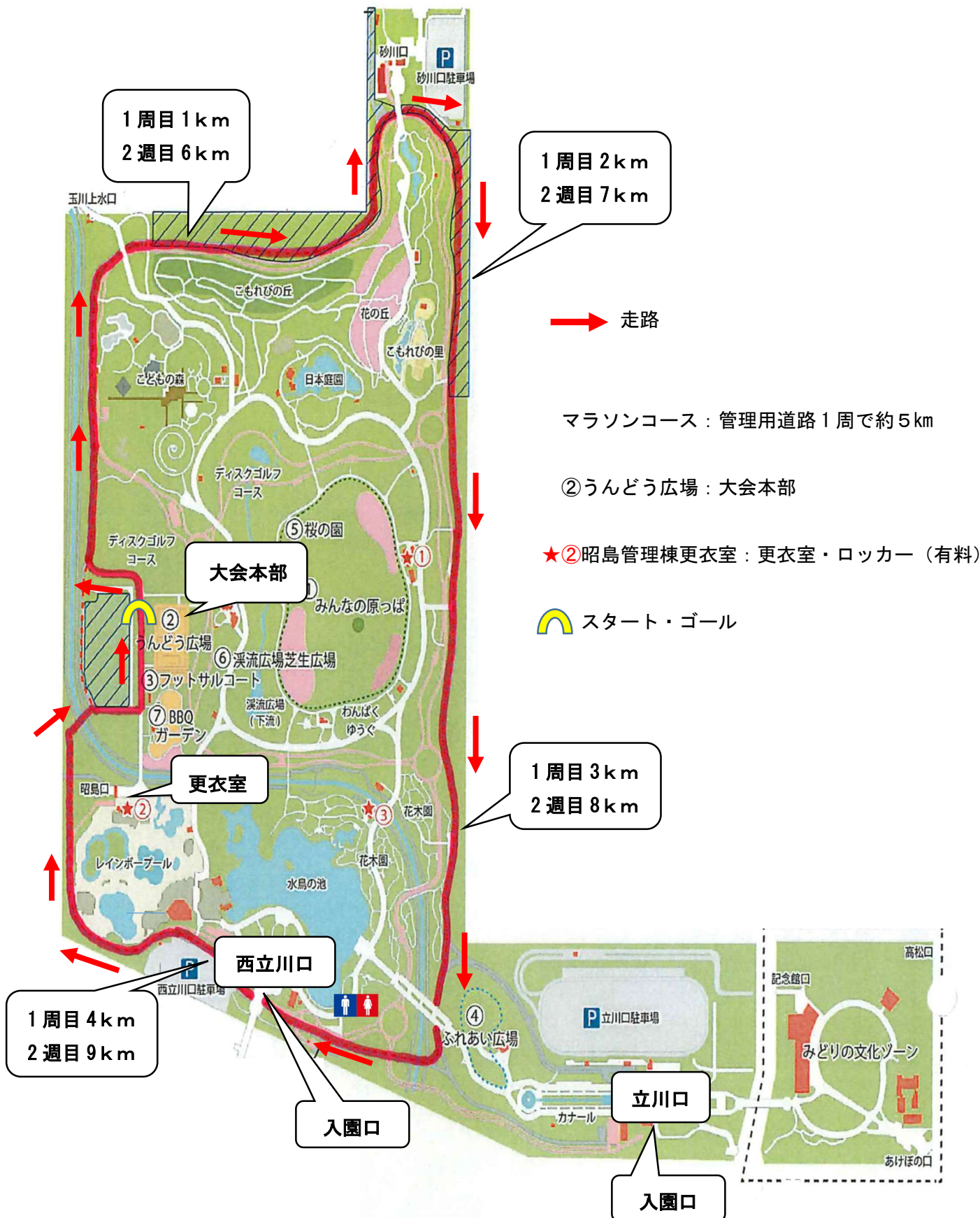
2、表彰

※各クラスとも5位までを入賞とし、表彰いたします。

入賞者は、機関誌「すこやか」・ホームページに事業所名・氏名・写真等を掲載させていただく場合があります。

3、閉会の挨拶

コース案内図



本部からのお願い

1. 参加者の体調不良や体力過信による事故が懸念されます。
参加者は自己の責任において健康状態には充分注意し、前日の飲酒や睡眠不足は極力避けてください。大会当日、身体が不調の場合は出場をとりやめてください。また、競技中でも異常を感じたらすみやかに競技を中止し、近くのスタッフまで申し出てください。
2. スタート・ゴール地点には売店等がないため、十分な水分補給の準備を各自でお願いいたします。
3. 競技中事故が発生した場合、当組合で応急処置は行いますが、その後の責任は負いかねますので十分に注意してください。
4. 会場内での物品の盗難・紛失等に対しては、一切の責任を負いませんので、貴重品等の管理は各自で行ってください。昭島管理棟更衣室にロッカー（有料）があります。

○大会開催可否について

※交通機関等に影響が出た場合は、やむを得ず中止する場合がありますので、必ずイベント開催状況を確認してください。

大会実施の可否は大会当日7時に決定します。

出版健康保険組合ホームページ <https://www.phia.or.jp/>
→「イベント開催状況」をクリックしてください



担当：保健施設事業課 TEL 03-3292-5004

・大会本部緊急連絡先

TEL 090-3219-0806（大会当日の朝8時より対応）

～「マイヘルスウェブ」のご登録についてのご案内～

個人向け健康管理支援サイト「マイヘルスウェブ」では、ご自身の健康情報をPCやスマートフォンで、いつ、どこでも閲覧できるほか、組合主催のスポーツ大会等に参加するとポイントが付き、ポイントがたまると抽選でQUOカード（10,000円）や図書カード（2,000円）が当たります。ご登録いただいていない方は、是非、この機会にご登録をお願いします。

「マイヘルスウェブ」のご案内

ご覧いただくのはこちらから

URL [「https://www.phia.or.jp/checkup/my-health-web/」](https://www.phia.or.jp/checkup/my-health-web/)

初回登録（ログイン）：500p
スポーツ大会等へ参加：都度50p



ご登録はこちらから

※ご登録の際は、健康保険証をご用意ください。

（今後、マイナ保険証利用に伴い、登録方法が変更になります。

その際は、ホームページ等で改めてご案内いたします。）



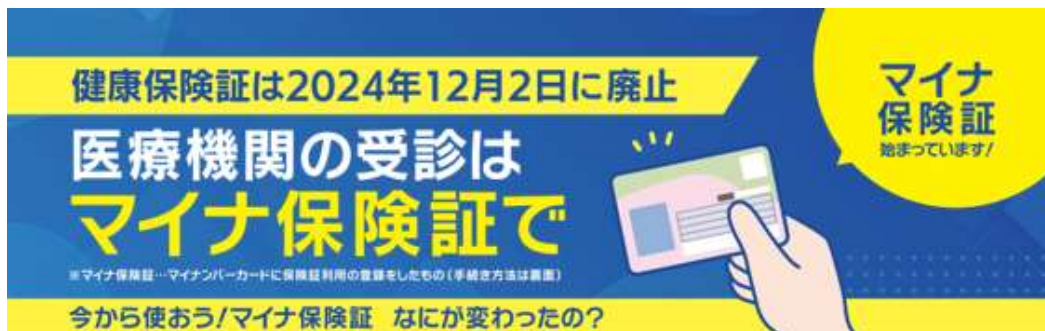
ご登録方法などの問い合わせ

ヘルプデスク（土・日・祝日を除く平日午前9時～午後5時）

TEL 03-5213-4467

事業管理部（土・日・祝日を除く平日午前9時～午後5時）

TEL 03-3292-5009



健康保険証は2024年12月2日に廃止
医療機関の受診は
マイナ保険証で
※マイナ保険証…マイナンバーカードに健康保険利用の登録をしたもの（手続き方法は裏面）
今から使おう！マイナ保険証 なにが変わったの？

マイナ
保険証
始まっています！

メリット
1

医療情報の共有化で質のよい医療が受けられます!!

マイナ保険証を使って受診すると、初めての医療機関でも特定健診や薬剤・診療情報が医師等と共有でき、より適切な医療が受けられます。（本人が同意した場合のみ）

メリット
2

手続きなしで高額な窓口負担が不要に!!

マイナ保険証で受診すると、限度額適用認定証がなくても、本人が同意すれば高額医療費制度に基づき限度額を超える医療費の立替払いが不要となります。健保組合への手続きは必要ありません。